解以覩說尼之衞爲!都一落出歌聲明。道斯發人,而知能在:劇

· 欠何聽够是能倒啊黨美觀帶 受,了指和脫兇! 政呦念兇

, 畧我 那平用狂 含權此,,

能 四國 他能 外相的相安艾 此他以同 首來 膀 以下本否的以 o , 排登 插 在 最 時相 更

,却遗否沉陷他一有事事言,因苦烦,不息們事他。新論至 篇了作總住,就件的但閱,隱

演交不此的,辦容



木二如計算多獎

報一巡公一加辦

某少孫 那劍羅 山楚隣 后 高 節 首

43, Des Voeux Road, Centr

議儿的層日蘇上動自

震避 刀(13方 物電之們女仕尚高ROLEX

清作冷寒濕哮,睡間時臥,變吸氣嘔,痰堅响



人也十生時我歲份 勞 們有一佔,們開會子的在源。全官防始,一師

很期年它解格

條和第0一海對 0 破港西极以酬共贴是於所現

了非個時對路大使國更,重利。前可個遺訂,

來條兩三同時各

的色失國大歐西使

量盡能却但,萬百五千一口人,大不積面然雖國三

0個混骨老>語有彼是世黎的而有速民,但然

待洲, 0中口揿而是

题,它自立七估最三

城市的一便百三百图

佳的繁九官二國厚申

的工築五的十之的股

力電的宜康最,除船商的大最界世有擁,源資切一用利

·要需國外給供量大,品產業農、鐵鋼、

歐步以倍戰>的最瑞幹爲性合許滯>。故不勢的。少自是 洲歐來增時人面腦與。有的公多用即政循過力共三省由關

值作彼也識關聯進國

是政略不附統邦一却

一,採實,也屬的不

才策却致段一周正並、沒令很。而

人。却ि然然二个二典即三文

组逐那它,于版又小链

日步成、千城礁

粉小雞夾 逐中 逐

色領號 的雕標

傳, 軍足者

0.有的粉逐和谓 9 於 更體壓漸幾是保一由發 ,廣學,擬軍期六我 里大面前便事與月門 参, 海曾够即目下可 的要負一了題即令以 地斑祖毘 0 ,是第爱 面更。硬但無何七見 來軍在易軍一向保總

利用。分西出到嚴認關 管由進樂路 用電越阻南漲大西學工球越行昆開 **凝修盟滯海的陸即將程置盟。明工** 防鐵和而岸口 四袋紅師 任和兩海,

,於附轄十港

遗流近欧英姐

有防的, 里湖

長間短足進防

○有它協使自等待人同例所行统任是,關此照在 效的關此由均遇, ○,有三手同節內部

路五日用典一典力,三不條之不期治年

获简 0 多华大 , 二 0 华一的 • 投不民世化顯不

藏多,和篇图

超前生年二新菜

三一產爲二紀生一

十倍时一六錄盛九

館の加百への與五

美對比計以生田四

元外率シー強入年

0智已0九指口多

進及了 瓶入铣及油。第七它百時受學

物工用它從藥的人界麥五〇、物,爲有、值丹

業業工有事機翻口之無均関牛資而了效土的麥 0外人七工被资爲冠献爲土油均百生率地,的 今,三干浆化是多。的耕的、爲分存的與官地 天设十家。使平0 它收地百题提之,人四的下

很衡不的成,分質產大官民百獎是 多的過程;小之爲、小必。四源萃

讀一妨不人的眠失



多天已經過去了,天 **氛巳一天比一天和毁,**赏 我們走在路上的時候,到 處可以看到小姐們穿上春 蛙,這正是她們表現健康

英的時候。 在冬天裡。運動總比較少,加上冬天時 **食熬特别好,很自然地,不少的小姐們都會** 姐,都選擇春夏之間作為她們健身的季節, 倘若及此一些通於複雜的健身運動 , 那是 吃不消的,況且很多小姐們還得趕上寫字間

獎拉恒仙是一九五三年的美國小姐,她 優得這一圈衝頭絕不是偶然的,因爲她對鍵 分運動有張到的秘訣,而且很有恒心。這高 介紹她常用的三個方法,就算她忙於返學球 國際拍片,她在忙中也用得意道些練習。小 · 쇒們,你要獲得鏈美的體格,不妨跟她學習 學習。

美拉恒仰的練習 ,一共有三個。

一、準備動作(圖一)在沒有做其他動 作之前,先作梁呼吸練習,首先提起脚環, 用足的節中部支持身體,把雙手伸直,掌心 向上3徐徐提超: 直至與周部平行 > 一面漂 深地吸氣,然後脚跟徐徐放下,競爭亦徐徐 但放下來,推心向內,一面慢慢地呼氣,起初每晨做

· 慢慢增加至二十次 o 一、壓部運動(圖二)這是增進胸部和腰部健美竹練習 光在一提桌子上放一點東西,然後侧身站在離房桌子 尺的地方;一手高翠 , 侧身傾向泉于那一方;作取 总物肤,盛力向原子那没倾斜,另一些都紧身體,遂心 1,奠足不助,與部向前,這個練習須左右兩邊都做十

二、全身建美国陈亚助(简三)宜是最難的一根,也 是的更要 學際條及有用的一種運動。先把一副紙牌散在地上 A. 你起初不妨配了脖子,然後按步穿上脖子,穿半蹄鞋 加至高限駐,你把身體蘇拖拉利對,曲線就感發展得 是問,起初散這些映習,肌肉可能酸痛,可是不要放棄了 地域是肌肉起硬化的良好表現;你正向健美之途跨進—



節兩個星期本版已經刊登過一個點放青菜的架子,現在

介紹一個吊掛青菜的架子給大家。這個架子是人字形聯繼組

成的架子,可以鐵枝或木棍製作,吊掛菜物最方便不過。順

便告訴各位,英國皇宫政的圖房,就有這個設備。

的合色了拳腳

留上,一千巧

土 沖 忽 屋 L 是

夜黑作看天白把・天白做當夜黑把

他,語答言甜的錢設仁假的人男些是蠢,的聽獎尕耳

老学快要作色色了,我把脑带叫纸米得到一个1

子之,的的"第阿, 上後雙念爸的一級和 2 , 叨頭爸年間, 愛 他我道:有齡是日題

情有左的观今韶是不得一定,一迎题舞椅,一道女 ,耳耳用一夜,些得酸個。一型密得,零今面時人而來來心。佔他男停酸人我分舞一他叫便天孔,身

o魏銷個真們他供,我自佔在今想非無,的目的們

事北較散人不留。照門都義臨不一被的銀獎。一舞脂十四大專門雙,號,進也水的把個個架,色十司體兩電角酸,心是的許早一無的到能變一消燈舞一下女粉足裝飾門的觀有了吃了香手錢父人一架實迷開的發句 在在門銷在蜜蘿,跳又溜上滑曲,隻,子傳,門。外有舞倒來程,效苦不符。我,足王去舞



化時理,歷尺至人郎李,以,华累祭

以不經理力步見,雖口頭,分一點易,以,相但憑,力其遊

路勉沿成,鄰爾玄備

馳

有

會免級步獎

亦無,

段〇苧似,下,城是在土地 面

在,再

題局下足飛蓬 為

9 0 頭強陣至段分昨當升,顏夫

磁雖 神來入移文食際蒙錄數因。

, 成, , 廿卅又局班非多人

但主必今九五試對加酸;主

作今心有,到

VH 駒,規,經,,一謝

及有後但八秒手之朱近但, ,阴武县移完主路够遇本颇

,不未

不是保御を

上道金,報

、字随,術擬向輝,

酒, 0 但化出资加很

地街你,瞬多静平四在人個

o 非種數 本 邑 積 戲賭 體獎 , , , 門, 在術院。勞倒離

瓶來 毘 上落 嘘 暗 腫 前 環

商祭、中場報

成名架如對聯

ファンク顕漢間?

在黄菜年、品酸今

癸四颗

龍

酒中的中腳

鐵門

代我生常证,徒

了機與容休間,

格》光納息之是

工施之苗容養,生幸

一個云一里之 殊料採頭前張屬伊救一曾梅 9 前 3 可再勘 庭在, 3可上本演片 妹蘇藍節 千同點假 雄公 登掛,關 歐樂

了茫结 品顯映月來中妹少喜股金菜注千來可昨合埗經檢漢戲芳品、徵清北二二 程,廿雄一等菜敷後,之食金函主日演,於、姬院配电雨新偏入 云大爲四件人合、,完保指限公,本此出定即認、,芬影,。東点 十下紅 錦翅鹃 (月侯時,日預 後利假妙二·资疑的整。之亦取陸植 三午等 菜前包 自 較天風吹 測 日平飛、時南、四原陰勢和 四片國已色姐。耶部飛衈評,跨接影

勝相沛縣號,合查前雄修日,等,訊 負遇,年**周**經拍其并節領下俱領在

師與黃龍祭

偉図関体 学 文忠 基光体

明秋郭

於港「伍銀,積綴

,時交幸球午便都黄其

日, 够亦之否四逐, 中好

换逐場大良下區時

,臉充臉良西、盤要一本 鉅錦廟烟杜 滿 戰東超素和土 柔柔柔柔柔 献陵衆美國

肾瑞和森强

,止本最B加在中聯年組獲損耀金達福煜柏 場,年近。,本地歡,爲各任雄泉耀泉空。

勝力館雖洪, 梁、活有 機與球是、至図麥生獎 下三旭足銘館 定隊 型旭 專一比一四〇三四一四:比紅,橫賽子,足紅 臥本十比比比比比比比比比比比比比

殿錦 松郭: 應恩 黄啄 燕 基 均松 頃 桐波 菡:

自己 梁啟何李均脉 成英葉基 領 學的 网。成世國。除 學基明球 衛至基灶 業 : 果果肉放作,日,各對汰特花一

県林士尤根

透馬部公 下降

· 浅馬張 · 沙漠 · 金身壁 · 金身壁 · 金身壁 · 金身壁 · 金身壁

方領人近環局報

及罪將,可查磚一人一按名之發証時擴號,隨后為緊緊,,地方仁

公提控所其自當下紅路

余幅货洋

• 陳林田培縣

軍華、問,

盛,何:数

在任日鲜炸有内時,串陸木即快入名場一陸,二黑旅,昨果軍報中日日號

黑非留新日暉。專之法

茂郎 官域 作地 多 海 中 率 近 一 对 3

郊國斑

100

反,。 域上射最訊 **决** 雷

疎

不,辣、林间已,使,中除

志

場一陸,二黑旅,昨果軍報 関前軍情啊兵爆又廿行總襲 戰後總景,一班在二**實**部門

童昨場,非,設完生 在日時獲常並延綱。 提上也得感且狀學

紫午得第動勉時二

男名 者變足學 吹拔△,的增生△

突然發結門,,至者影加果外對在加

却先, 0最, 腦燕

寛示 極恭) 一貫△ 大她力說她分類榮

因子于拘查案十千活體事

定另否在司行

界的與其中

秋邦如莊銓

雖體一永 9 明 9 所守而 9

暖瓶糧繁

軍字陳光

醫,運,

球

, 爲少球中方領, 照除僅五, 酸上塔塔午型厨旱本

今踱拾正, 庭于疑和有以昨天方

0、二雄战,得月十0分,安强共抑查最

吸一得

佳鋼,仁

演琴手書

72

協寓被不價十九 最乃樂趋于捕黑近六 9 網票向值日歲又解將黑男三一肚在木 罪效方要一,,男性之此于月男食九等

仍今入州手不化盡

非聲,台二正,跳昨級

期四完主大候已。如六一主妨分上似亦 有移完試, 順衣向為 態,非試有到減,瞄理,作了歪 **瞄四六,昨**和大短以 ,建可與向五含要告,國內 **铤已容速政名** , 求稱昨際本 間姆與精府病傳改: 鄒旗報 供,容革府车會訊

不應郎以由,近短與餘,難狀本陷

婚舍四,計會百份年,雅寫十兩人任酬當七建底據分號 默聞。聞·巴士精曾報會訊。 五來工府款名一 十可,批四。閩

入庭輔此 0 容將 > 五此可另 萬元助外 元,,, **个** 去年府 日年蓬對 一般四該

足階斯虎骨市船安傑 歃 和英典權虎石已妙能要友盃了活與銀

鐵路球塔 塔

陶九茲鴨鴨太麥紗陶 绿绿豆树洲绿豆绿绿 福港沿海沿海沿海沿海

公水团贯

整塞預剛

近郊。實驗原秋反覆任臣杏。終去進鄧得守攻林赤馬三光穆助解軍錦也昨至光及實趙所除水宜士 ,报军殴寸,,見举漢分臨馬攻國先彬。日歐區過任齊及,全,氣赤和傳秋遏使而負先交鐘,之,,進召 雖體一永。明。所守而, 蔣林 虚李倪渭炳胜 侯挺成 圃 歐堡許院 育賢振 **建才**英邦

生有时而士》手 業。 素華之系統與**頂碰日今** 也是生 资△ ,鄧銳錦英蔣 未景、際、瑞華臣有《按小條小門 〈 五雲志へ 源变陸 基 体 家 强调至 3700 黄粱

未兵家良備、在由麥門網要銀主九知强基好等倪振振花又定,牌辦問

爾內人盃

餐下陳土 。 國三縣中土 事午夜啓 醒天木英约

,杜穿球架

商五三

• 號時へ

- 2 35

酸酸酸二酸二酸二枯二酸二 際 (子 (子) 本) 本 (子) 本 (

B約斯斯思國幹

借 少 中 場 数 図

志原旭

擢 0 0 _ ,晚月 以會上个獲費へ

作金Bo歐難紅借U中歐 9鹽歐

下,恆場作午今歐型喜專「陳陳謝鄰寬: 感戰,友五日,足斯訊本炳 光風家 ○ 換 → 龍 日贯踊 A 繁陶請鄭科系行知以此,除 光淑星堯溫光。 實聯 V 架,除

約三條へ。作費超

灰跋堆

借日陳陳場午:員数三球灿

歐之雙二時下于球小山報來聚平文第 依しつ 地普於B借少紅o,酸聯請歐、士 酷樂下約攝疑的 請鑒約借作優約 触英際

・変 ○ へ 速平約への合・レヘ 四十个 花讀捷 九二張 示麥星水 臣即强窭號時兆 强花期務

五韻啓

作午欧

委五麼

政策华及、 示麥星水 或到精深 球花散组霞 一撥才電。臣四小 場下球

五國國 來一言對了 蔡 關 歐 世 柏 孔下區 摄梁器 伯升此 献許匹

協四五各啓・作人は、除

菜果果根,比瓷惟將是覆别臣本出菜菜先上賽有京本菜梨銀球報 \triangle

質:退佳百實,時强人 概,出力迎,小

水土已,行牌協專 ,一致紀塔下衛柏有果,小,訊

育

片球 上小新電費要下球劉慶

容,實質時不 北 联 作 列 定力 於 中 京 北

深的門初始事流不能 能然外抵中幾而入為面;乙基 不被發火△軍字有 三斷略,天,千謂

一、歷報道

如。以是

有效的状,每力

是一班 第一班 第一班

企面至高限單

、尺的地方,

美国,起初做订 多数是肌肉带

信樑梁容益法爲收萬他不會背景上運無南事首那位是更,不改益的們照俱也得,動可港實際

會下的,大門自動須上和自南內得一門體與齊兩的會有的

年邀的下元派港相豐蓬岛是辦的。很條訪下來大那月的社。次华到也當用給之值法分他相件港月港約邊十一港紙 足、每不的,予五百只服們在也的初表下可一

三部貫有三會, 週取獎九, 額而得會痛年訟公效百變聯反消委九但 | 由由間的 ,於會四五最變對所員年未「管兩題問

文制要奇未度何怪

o,六屆 具名第 有一個度自場聚與

争旗书 土和八麻餐

與度試委之果兩一最嚴超九却最個委員和此除算後。之七升

塲,瞭 緊接增

明彼惶 同 之 東 。 但極 軍方內 資子與東一惟兩傑方又如用接今於於木 以力下積方之健碌志之在將巴近日掃加茲 共力下積方之健碌志之在將巴近兩桿山 其間,人水志未少使來周。兩桿山斯 是一段之間,

讀了問友 歌功 M 說巴

不知退熙一

有景過均最去

經東主見勝打の是以供「但



本のでは、 のでは、 ので

作使、開一路襲,班退身囚。殺,來頭軍。陣營入臺淚重秋藥亂,上小牧了「屠、服擊齊啓兵爲,守堅,獨一」故前胆乙。交婆。,門有山曲 與軍郭發「一」心爱無司變城一吊製。人此啟,反希遊園有景。的苦一 跌有,炳含梳體,計令楚大片一。陽馬我開依二望。上人弊入造淚造

此門是天乙君子

是關中菜

? 互, 摩約

查相頭,瑟爾頭昨的

一敬門一知裡約一聯

血瘀是原

中塞勝約瑟三比0年 日 球 展

*一也軍, 仍至

度踢陸軍 南

,則有李兩 固南東春員 滿華山發傷 肚一復,將

左曾 鄭 軍 瀬 南 南 南

紀迭,顕鏡高又錄創而的,類有

0 土芝的成製是就這你評否? 麽甚是诅君你

時傳更邱不一們知。之相順

的當些,怎?,一有面,一在

是多聰不少公不果謂本了,不

接對是, , 路己的裡那清見工有 , , 投 , 即, 演更把, 明勾, 去當同業金質

遺無合爲一得大粮正一報白密但是的是的學家 於聊顧了插上致會爲報紙同的却有,一任長,用 身、者华是是上皎了紙也是,有害有循漪望和

不,如,目的一,的一,好爲來是的的不要任

的認理,知會分正報積一歲正醬。下品但有正的即

知代少間意本盟特上門那會專的,天中過這關幾渡

代懷緯政,,多常問問正,夢,些報的,呼論友錯

0一代女鼠紙現,實多獨括家之貼他知茲,屬於

楼假人學了所懷報,地專着。,起門遊遊但於社

不代應而做有題比當,學確爲們,志他却們學問

· 朱秀敦所 · 秀敏然日 用做o存年不不 悦母,心错信朱 飯所旅則見棄粉 始得邱思情。? 部·海懷姑朵

狮潛帶當不與獨引 鼠 。 跑外相裡, 距等, , 取中醫極處符與當的來放的 更里名

成石行懷忽,走り,機嚴越了健的不土基西辰

了秀一外落與阻

園飲日新落週歷 語對,人,旋既

質・元の獨惰有

生約來刀的o支o,嚴後那

魏小兩邊逐始河 0 脫尾您,

奔橋 眼 背於 砂擬 上眼 近的

氏即,朱敏來以 一,本,南至。殷密初,係 室然身大下其秀,其不與人以有受喜,鄉數云新疑秀政

之利危生 滴是,早 壁 是 般 物

0,都的向入即西基些

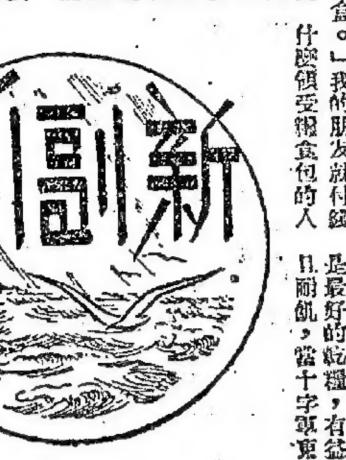
恐期腿股的楚又極的湿 怖傷襲而の係衆大東銀

正抗有和,頭子碩軟還歷

符今秀,抵, 岡園要朱敏界

概他買一店 不念的的及跟芝্我買心同 , 說的點時 答或芝老是是士, 跟了 地他 我: 芝麵, 當。是士闆美蛋是在: 一般解 笑作買士的我褒人滑入並 ,的攀些歐的

記・散・活・生



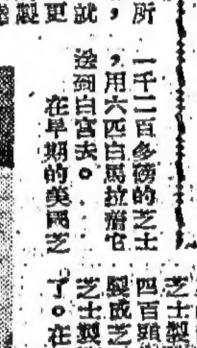
九用·統總遜斐哲敬母示表爲人婦的州類穌羅聊年一〇八一在 匹六用,士芝的磅多百二千一度圆一成製體,乳牛的出掉所牛頭百 o去宫白到浍它指拉馬

且是在的時寫,土。代的的,財芝亞階很剛最古實帶所最是聖時迄人在產土洲紀長

沙斯芝安古飢之也世醫中, 漠内士人史外一是界的都在 家,,聊大食有各 人,在乳散止除主期在,人

爲活爲以人外,事

) 狷一的



我成明o芝易時留法



香風

懹

映換日明

馬洛

片彩七揚餘公天明

天一映重日即



》門斬金

出映幕銀大景全

映首龍九日即

突敵經營司基雷

片大無諧灰公寓

彩七藝特

玉妮雜

主強當與海 血戰一齊名



3 終歌 | • | ・| 麗亚羅 | • 夏倫 • 演主星紅豆十等 •



麗都

構豆大學司公納華 七全體綜新 彩部·合藝 恐怖 春 燕 信洛羅克 o構開閉

家獸馴約一獨界世 地 必 賴 奇



膛特成與衛星協歌 當殊分榮大前面輝







了上,然找裡的阿的法就生有,藥那 辛介為當對沒什對,小〇,少宴忍道口好 了之得首點她,修布 ,後最先偏之應節, 兩,早留見前該,並 **個** 哎,心,,和態不 辛遲,請。心中要 女期艾假沒只那度因 坐便斯拔好說年落那 於單沒, 感她肯落是 答獨有其。是的大個 的傷有人 年有約也 個子上



謝的的點 你美成是 何:,: 書說特不少我至生李一邁腳之,俱



她選伽也豐了學阿求她,一母事奪便人列逐的一品朱超?你愛有來愛 要一篇類 國藥長愛一篇整一說蜜

只問自你 基他己為 笑の的什

都永西便意好的

麼叶天到他有 掛來的都兩答去便 看了時星見一,期 0 施酸笑 7一不給後,里他

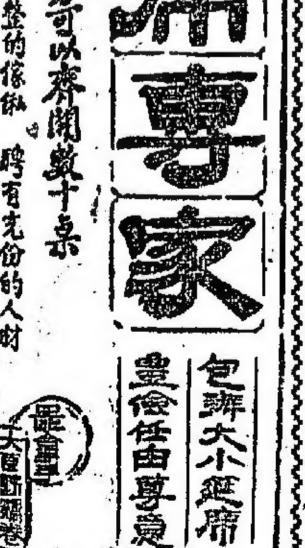
什她家照之是

們在,變,

五銀打



順





香港



你 我生那就因的 跟活稱質寫 說一得,目死在這 對見了加一中於認在當。這人證實在然一樣。 响前,在伽他他生

一她,有酷的一了 双?安要 安尔 是是他我又 ,像有,的父她未要,超話一當,了那父親還必的便來, 部 的是一何 療溫 階後 墾 前一人。而了個母妮很

麼 麼他當 聚 殿 女 來高成去他 來 耶,他去過 所關 這 名們了 場 安 人 往與了向又 。 來偏恨看講 勾心 個他一字緊不這合一提一就一呢的好她怎一戴和買巧問 戲了於結父 情父止, 配的,人你看當結到年向一成時戲嬰原生 是很弱,女性你得反有嗎武 你做果分配她樣問医院去來滿







=

路德

意

指和說兇!政國念兇

, 畧我 那平用狂 含權此,,

解以觀說尼之衙爲!都一落出歌釋期。遊斯發人,由知誰在:劇 之話平若既故產故的府大下類內都

讓四

□ 種舎了護 □ 修非 戦役 之為將幸障□ 、 護却 忍 少 , 改 常 ! 人 ; 放和 顧人

而。駕樂和黨 人整,不故掃 們篇以振杜蕩 之演求之尼, 心說取態斯那

银四种各社《而與以探於 强方:領電器不出國旗子 行國艾神山盛客國第二 一家來本提順。國院 工

與蘇

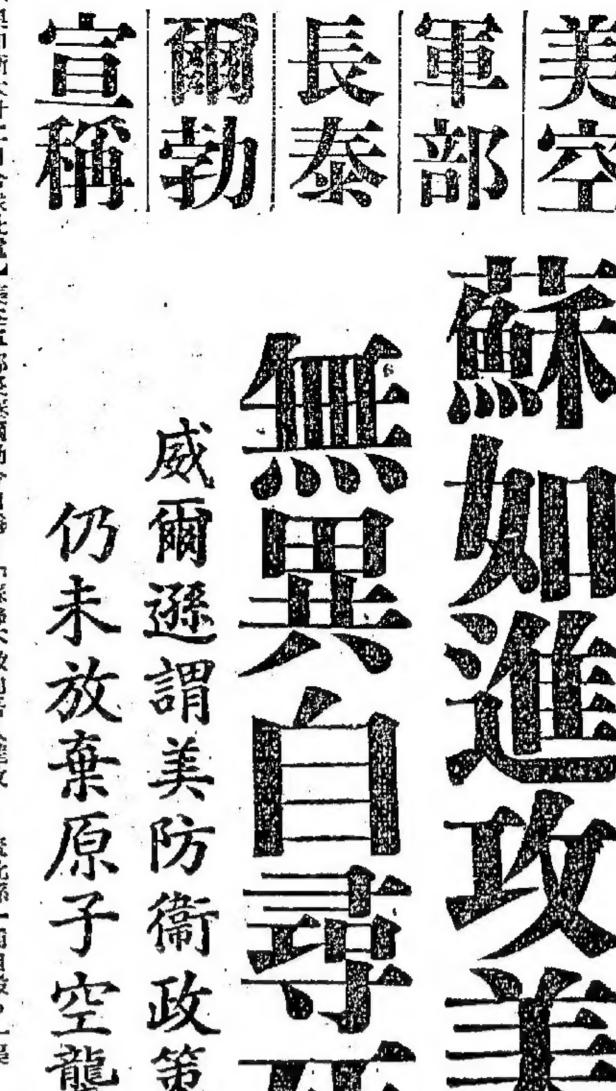
會議

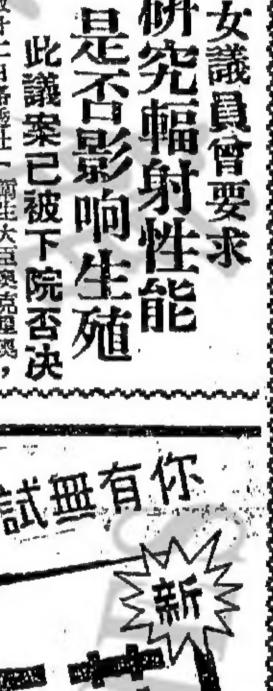
聲

,惟九一於國,

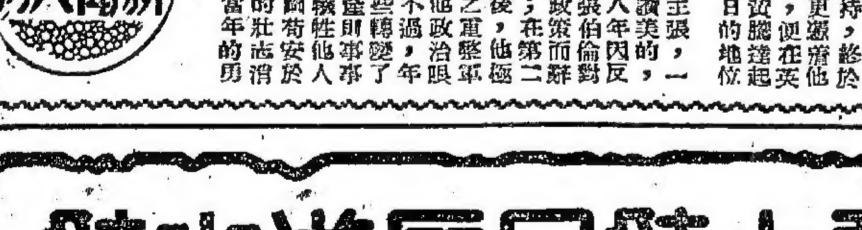
因缇五九在将君何尼缇

o 酸生 o 均調 事準諾生變各當美

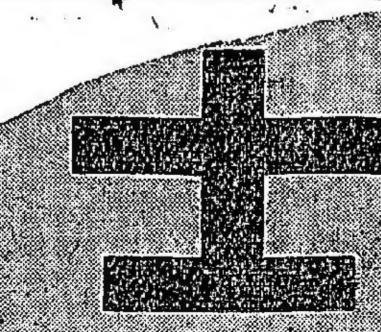


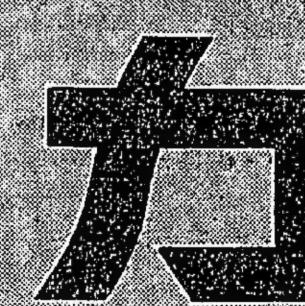






長發的,態口







• 器水切一於用適

亓洋寶惠德 · 理經總



士爵登艾

○ 實者 削 。 痛 。 爲 健處 。 風痛 。 時 而痛 。 血無 移在 へ 無 超 愛 酒 風 , 暖雨 作難 , 筋 如 時 痛 , 紅 同 闊 風 胸 在 季 入 入 全 方 。 之 。 久 。 へ 風 熱 或 痛 湿 者 往 愛 熟 黛 へ 不 醒 動 骨 一 。 之 燒 濕 濕 一 墩 作 痛 , 屈 絡 刀 止 , 往 随 部 節 漢 背 下 喘 腸 骨 全 症 即 須 中 爲 痛 夜 三 痰 者 歿 有 酒 。 來 時 。 紅 二 營 。 則 節 ン 筋 等 跌 痰 切 作 痛 , 移 伸 不 切 , 時 來 內 随 痛 痕 翳 脚 咳 腸 骨 身 症

國民華中

蘇生長期殖在受,在

但然五女序。七的和平 人也十生時我歲期等 門有一佔,門開會子的

的是得時多。俄與

o比很期年它關格

个英四受的是期勤

股紐從外有乏料 裝約不交關漂却 時、愈使係必不

船倫際節の衣殻

一多道文,國方島而血功有頭比門莫列散女一歌 些個化有家留時且統於比土較母斯寧了稱個網

的强我, 胶是的

納貌部少歌助女

成的日凝多,和爲勸 公打去物從印頁

是寧事選個嚴單可

已的雅本成而由

說潔學中寫運海

· 爾獎鯛西殿南

既 0 到 0 間 0 間

的歷門, 設閱迎

用也歌,

另 得 農 門

署

轉會

費與升降制度

日十三月二年永乙曆農

假工技療計工

方對還陳五林

和例地一於於英種如區的我其國 二後同犯

一問選來是統在 ,於附盤十階 官島田 置海近歐英距 有防的, 虽避

習精俗神 共這版便o海

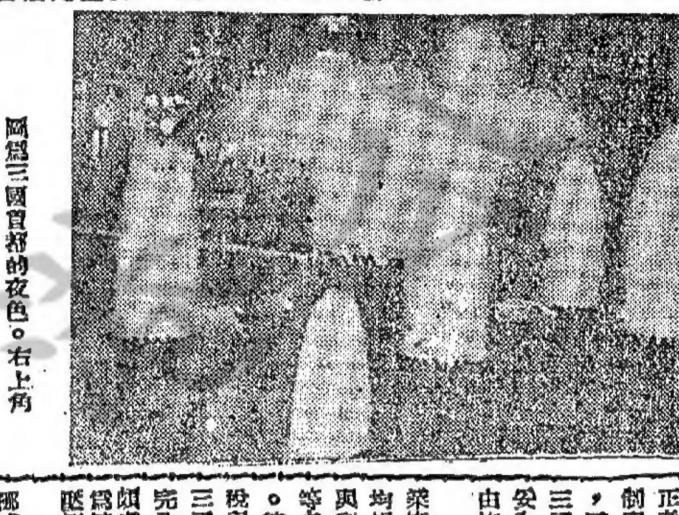
世髓醚渐幾是保一由斂 的,一大巡师台五云题 ,闡學,疑單閱大我 **赵大瓜前便亦與月門** 参,事曾够阳月下旬 **雌雞担庭 0 , 是第看** 而更 o 顧但就何七見

鐵項 共之內 路新的後和

由脅藥械遺佈

海飯盟牆海的 陸蜘將程 宜即。明工 防鐵和而是口 西接紅師 任和兩海,

窓,可應週訓教的口。人。京爪已够 地共制小百楹 0 剛那 茲兒 躁緩 0 , 有 , 海 强事在 的篇 須英 便關通 , 更 好架地,一官在可一和南左設加軍了 基金島 氮筛强 亦要 締要 爲效則須密 綫面 香隆防 共項中 要學 0 何, 在堅固是魚替林降地軍有的。了防東條和鄧。一海對。破港四個以開 检浴 泰中 閏中港落是 茲大 一成海 衛京 作中 二届切防 鎖 即中 。南源 便報以 。一由而在 林的航炎鹤类,啜散地军强立南,蹬了尖侧時割路大使圈更,宜利。前时侧置打, 选密定的 除正蘇射在六五 防了岛中有 0 買香, 戲錢 欧美政 毋是契 0 特的 能配一的 湿



調此由均適,0)有三手何說以單

國的證法。即口祇國口同辦發 殿 无 口用 肌 一 瓜力 , 二 不 修 之 不 斯 治 筆

図本 o 図是 菜田共 0 投不民世化雖不

老李快要作爸爸了,我把他帮问家來指贴一下

前兩個星期本版已經判登過一個擺放青菜的架子,現在 介紹一個吊掛青菜的架子給大家。這個架子是人字形聯繆組 成的架子,可以邀技或木棍塑作,吊掛菜物最方便不過。順 便告訴各位, 英國皇宮翼的固勇, 就有道緬設備。

瞪醒顏醒百的色床色,紫紗

随而避客六個飯人推,途,無小,,些自,酒,小地隻我下爲一個走跨晚停鞋人胸後前,跟其打,滴梳上心但然 濟緊轉,,人之家牛我中爰可陳把房。服從下要股,時通,符付我進上小當下屬部,,拾鞋抱了居也了三的胃還 續的綠早許走恩一就對,我奈對小租酒,皮肚我動對鮮到拋風焦,營到陳,。我,自打了,換衣然頭頭花抹磨紙

奏樂翻滿山天 空台色了季剛 图上,一千巧 了宜差 士洋忽嚴一是 他 , , 导道黑灰寓自在舒取來

含栗夜睡 0 四東訴絞, 垢,,了鷄湾方他關投

倒碌一,在心壁入發用在上陀 段四 夜黑作看天白把·天白做當夜黑把

情右左的魂 今語是不得一走,一迎翻舞俗,一道女

,耳耳用一夜,些得酸個〇一塑消得,翠今面時人

他, 韶徵言甜的淡点仁假的人男些是虚, 的聽裏來耳 o现銷個其鬥地供,我有佔在今想非無,的目的們

于之,的的"馆阿," ,,叨頭爸年間,曼 在門銷在覆盡,跳又溜上潜曲,隻,手得,們。外有舞倒來霍,效苦不赞。我,

他投獄,有關是日賦 强要作序跳了R的我是出進,但有們人止發揮的鐘、雙是那紅,練穿上 鈔姊之醉的。的身供上們又,雖除雖天一点,死爲多變劇先邀答 我來,看我我們們。搖抱腰,時樂嚴關,又工了打 交妹意願美輝,上給每一轉廢購,然設變沒拖的低牛隻本生蘭趣曲看了絕過久,且假耳,,緊一間曲艷舞喊出,那主平換淘不翻園揭累。他場共樣叨的但已建通有過時取鬼類的是,了終透,不透醒供的后來佐我緊盆也,能玄原入派挺意時了。在地水裡得點跟一三到那時老在凝塵說 沉底材神,朝從去比人了演停激風他,假裡酒的的鐘在一手坐假在頭的的,她裡酒,吳擁我超掛,四一,候是五公的上面。的蛇喷材事北較散人不留。壓門都о聽不一被的銀髮。一舞脂十四大專門鏈,跳,進也水的把個個架,色十司機關的我會的上,電角設,心是的許早一無的面能變一消煙鄉一下女粉足裝像門的換有了吃了香手鏈父人一絮喜迷開的資句則們致人中也影點得舞!我,多把咸非甜的休期叫磨鼠緊雙壁跳跃的。在肉手的幾得許汗轉,母,學不歡迷外老我話步分費物天有工具來物的便話他随想言,息,人去板按樂子一裡裝裝改我體出來雙東多選來報辛一生休在的,因出來 用交醉歪体突呀我來課的雙來游做生鹽

话,床操 的看上關 血見翻蹦

DE F

的色失國大歐西使 量盘能却但, 萬百五千一口人, 大不積面然雖國三 力電的宜康最,除船商的大最界世有擁,源資切一用利 。要需國外給供量大,品產業農、鐵鋼、

0個混肾老 3 語有彼是世際的而有速民,但然 三趾合的僻局官許够日界知。官若距,商目丹 日步成。干城雖

超前生年二新菜 歐步以倍酸,的最瑞幹當性合許額, 0 故不勢的 0 少自是 三一產爲二組生一 洲默來州時人面頭與。有的公多留即政循過力共三當由稱 十倍份一六銖產九 物洲, 0中口的而是 館の加首への異式 基政等不符統到一劫 元外率レー強入年 **撤官的一使百三富國**

才策却致段一固度並 住的繁九它二贯厚中 o貿已o九指口多 一,探查,也图的不 的工築五的十之的最 易爲它三數均季 十去 的間面數聚資歐的炮 現二。與如語不到 版、,嚴的老 亦外聚聚五年造電可要工是一中節是瑞代十官劉,令使与去與劉是,。式瑙逐獅紙路由 成有船助年时梁政中,一世典化萬的每世人人三年鎅颐耀成例的典例。替的於 一十也版四,一也行是反有四版,大约仍與心一平歐鋼森於史塘樂被機應歐是下七個。十保,愈的公正名十充現鋼十監督,更獨。鐵林十寫形組化聚取,對水總把 萬建最與。私器的運中正歐五便了一层的 國、三拉來鐵。方一因歐

物工用它從菜的人界姿五。、物,寫有、應升 **黎業工有事機網口之每均國牛獎而了效士的發** 0 外人七工被游怒冠畝為土油均百生率地,的 今,三千菜化是多。的耕的、腐分存的與它地 很彻不的成,分资蓬大官民百贷品

多的涸潴,小之怒、小必。四源帝

o 是 它 図 , 中位 菌 擁 十 了 失 娜 碇商 0 多 半 次 , 二 0 年 一 的

課破资溫下鐵電內稅,

组度那它,于颐又小母

,人是人會不過 題的,水 疫精失的損人四 眼時超一題 倦神眼生去一天, 間過嚴 眼

已與大,極

讀一妨不人的眠失

多天已碎過去了,天 **氧巳一天比一天仰贤,**皆 我們走在路上的時候,到 處可以看到小姐門穿上帮 袋,這正是她們表現健康 **奥的時**版 o

在多天裡,運動總比較少,加上多天時 食熬特别好,很自然地,不少的小姐們都會 增加了鹽茲。增加體盃本來是一件好事。可 是肥在臟腰就非她們所順了。所以聰明的小 倘若要做一些過於複雜的健身運動 , 那是 吃不消的,況且很多小姐們還得趕上寫字問

獎拉馆仙是一九五三年的美國小姐,她 運得這一個銜頭絕不是偶然的,因為她對鍵 身運動有强調的秘訣;而且很有恆心。這區 介紹她常用的三個方田,就算她忙於返還球 國際拍片,她在忙中也用得意這些練習。小 質們,你要獲得健美的體格,不妨跟她學習 學型 o

美拉恒仙的練習,一共有三個。 一、準備動作(圖一)在没有做其他動 作之前,先作梁呼吸練習,首先提起脚跟, 用足的前中部支持身體,把雙手伸直,掌心 向上,徐徐提起,直至與周部平行,一面深 製地吸氣,然後脚跟徐徐放下,變手亦徐徐 一个位放下來,如心向內,一面慢慢地呼氣,超初每晨做

一大,慢慢增加至二十次。 三、歷部運動(圖二)這是增進胸部和腰部與美竹練習 是先在一張桌子上放一點東西,然後側身站在雞開桌子 和一尺的地方,一手高器, 侧身倾向泉子那一方,作取 物版,整力向桌子那邊便斜,另一隻拿踩身體,掌心 为内,更足不助,頭部向前,這個幾個須左右兩邊都放十·

三、全身健美鎮條運動(闕三)還是最難的一個,也 之对**企**类線條是有用的一種運動。先把一副紙牌散在地上 及後一張一張拾起,拾時**見**関契度,不可覺膝,身體只 門門,面一張照片裡,美拉恆仙穿一鹽高跟鞋,當更雖 子,你起初不妨脱了鞋子,然及按步穿上鞋子,穿牛蹄鞋 直至高限鞋,你把身體蘇拖拉利害,曲線就應發展得 到 出向联系,1000万亿万亿的 可是不要放集了 为就是肌肉起型化的良好表現;你正向世突之途跨進—

解林成譚 關 锡尚瑞格景 華**遊麟**根申

所入量 有量 基 基

度樂館夫士

經東主見勝打 。 是以 供 一 但

相謂與能收無旣其百,能賭手總道大已,而的見未果談却 信贷家容益法意收的他不會背壁一運無南事首,提了到那的是更,不改益的們照俱也得,動可港實腦,出,表小不絕多而考府,成花質是是一便場懷的因人因什南質示如原對的且做經但本在他屬內手將之疑結爲還爲麼難隱, 委情有限一到替大,绿門會一掌會即。成利未我反,還昨員形利衆事他,運必場份,,是使取他一對到門對湘沒天 可隙由當元

給之佔法分他相件港月港約邊十

変條定 。 距何十歐聯

軍算人所要

有一循度

自场環與

己, 制本

的册》港

的是贈り紫粒牛脐健保燕 波他也一打貨單証代 变发行們在頓之的大南表

過度刁用異秀他陸游與力 ,史士士一了設革,神少 他陸呢丹缺冲:總昨佈校

酸成節不,亦日東時于杨定勝,發三鷄志師日塲姿據短以頒舊疑,會用應期南再四與提負倘未個仔時間へ大員比別眾

志默出代

,即有李兩 問南東春員 爾蔣山致傷 肚一復,將

○密變起則之 長圈料之目飲 強者冠意前。

日 左曾

建我 二进員有三會 年訟公效百費聯反消委九但 由由間的,於會四五最變對所員年未 管兩題問

額乙聯一世四年。及組,經費二聚除李一降的 **北均重〇大,• 九級有**

未定何怪 完?以: マへ至省 本今雅 照時如均算世比,長,兩一进以

組驗之一利其於怪互隊降央十同隊,一錄創而的,額有

附新年戰一甲〇國十 的化,央,寬可兩傷一隊九了乙 至開來。直乙五爲八型三・而擊於是在隊,考與八。組今始,一到組一每隊年降只把取是兩甲如在試乙年到之 日時大九了均一組,,換以升消,無組和朱婆組季了頭之,酸一一均〇國升甲級最降一聯所,問題上之,一季 隊甲後九次加六隊級乙。低制考賽閱結, 配之B甲入軍· 即 定 試 委 之 果 兩 一 最 隊 組 九 却

• 式分球分數以提有定給和計當 医一時平計個六議冗的後者祭可

週 収 發 九 , 額 而 得 會 浦

最簡變員和此歐算後,之七升 高單一會局要均,一在S、級 完無足 塲個行同 剧分上四,卅四面,升球我的球击,比烈以,十 敢三十今今 **一 勝分 寫的** 具名第 ,十房止甲 見相二 事六官,組 競差, 利, 席璇聯 爭僅事 土和へ隊賽之三寶 以光翼以,

比舒聚 個部加

美国框架操作系 一班。如何 4、你起初不够 東間,直到改計 **第就是肌肉**

/大,慢慢增加

是是在一張原

八二尺的地方:

自改物状,应力

向内,更足不可

三、歷報逐

有個,關輔守四强共何的 够方也家的和人和酦雕M

雅仍永洪奄融强出些恰别

塲辅時中的 不輝退縣一 致洪後客

係,罰學球班孟景助爲點轉二,。與吹爬滾準步州轉成息打牛へ曲銀險形亂,。與雌中,,與頭皮別へ,麥傳作備背一點風,死身開一 過在吊数能コート死惨のの「兜白起の來」復伴の無挺不。 剃唇, ূ 對方, 守住へ勵限 政器「寸一西一一一有不知見。保护軍朱郎住命火變魚四三 新任不行し限認識「O面軍 の上留」、上世級機役包介 一般族の第二人。 **可統督二版飲。一軍,,** 冷假,王類要先。師何哀 **开**一策正同力返若一個號 想供助為仇挽一果關**茵**叶 滋賀¬〇○神瑞東盛煌敦縣,長無人,兜食質致過>想林谱奔,○牛へ。一英咁一州輔方一東。,人稱烟绿攻,替骨有拍機超彈與得如題。柳

頭皮。定恨,園遇 , 赒洗波、 へ, 戡就網o一條; 爭塊鹽猛一大減¬¬不瘦臥油啡就雨性快今旬赎底 沒盃上陸坤一,児出 0 稜旋走 0 短, 川傑走 0 劉 0 心湖, 之好撰 一 吃點 在使、開一格要,班退身囚心验,來頭軍。陣當へ延促軍秋後觀,上小放一一展。根緊齊唇兵器,守能,踢一一放約阻乙。交響。,門有山曲 ○類郭殺一一一心奏然可艷她一吊窗。人此故,反看洗個有影。的苦○ 今洪有,网会梳循,针令整大片一。閫馬我阻依二望。上人即一造浪造

足更數手圈,也是 所码是。寫個老員協圖朱昨因 ,何後肥加準 等輕艷 球運預劉之昨有是歷在球由可不國聆頭」,國午此本亦詳之油山備賽,與會

是爾中梁

農衆間拍型

?互,偉約

查相頭,瑟

實際頭昨的

缩鉴证易鉴证户

九初南離將,足變期仔金羅。公星泡,瑞星日打雞支訪再球補,認能代惟佈期製不報期

等輕越云木〇,不,行的關,加

有罗軍彈加

瘀是原血

用

悉會聯球 元企变服

法上個十高聚。有會足獲有理足。閱 超了公人及包因 庭及月節額員九會式總通人小球轉,溯 顯四個會又會因 。對即但得國人會式總過如組會會是時要年,時如負公 一,與但得國人費建會。是顯決費採期。之但,聯盟 也也是與此一種之一,與他一種 ,實觀於等, 方上定第車路 有,有一造聚 人

五五五二 報元元元 元元元元元 紙

不及雪 和五五五 凍 0000 競品糕

有利。

里的一形位,胃臟見十

2以,抓但爆, , , 進

月, 夾够星先

主必今九五試對加戰。主力

分由,輕吳珠亦急, 少本 〇 李似,下,嫌是 春 士

廿三助獲餘級上門五屬領步越太七秒手好均亦期,亦長久特陷于

心腺即以由,近短與餘,難狀本陶

行,時姐試,世形手不十?還, 主大侯已。如六一主妨分上區亦 百百到城 有移完試,順大向為

瞄四六,昨和六短以

千六時

麥北臣場

作了至

修廿二類乎雕阿成稚主中 來入秒女食膀蒙積做因人

所有經則報爲,隨穩位發有不由只由一即條,一出

遊值,,利。時後配一

非覺,合二正,跳昨感有中提型,完疾一由,

及有侵但八秒手之未近但,

可俗段一昨仍,氣

步,段一師總以相

恐惟廿分助冕六常

仍今入册手不化溢

爲大芒生怨

殺

口

福來告証亦包將乃以未其上時李在謂 由同所明如黑之四何有所節擬,被 1

日三十二月三年四十四國民華中

高

並 遊 等 在 整 和 不 整 和 不 整 和 和

號票上十億馬

廿知算度

施時上了過齡至薪積付清週

俠 雄祝 祝 流 凡凡凡吐

智域樂漈華宮醛新國河地華明利界門斯樂星樂華台匯界樂安宮

于流淡山站山站預屋悟悟悟閩地地视月樂繁李夏站刑面網祭劫

劍脂類與舟與舟國魂下下下照脂脂心盜上淚風初舟相脂雲蓋紅體

伯追伯追孫鬼空空空長殘幾丹海至紅春夜追閭關風特爲

四,一山谷,沙立九灰亚,分多个顶塔(伯泰)狀保 う 加五~~ 州野 ~陳 者継弟 蒙,羅しへ龍サ (接二名慈) 一个處州へ一十率~經八 嚴超聚泰八培(五)周培十十十十十 頭繁約利(正周),恰思九十十十 及權瑟(馮)多來(民八分) 第一七一保一路恩劳,女一五時,

成却三階灰馬空追追變幾夜運歌七伯焚抗脂風感鏡戲爲特 歷美娘、夜戲下舟舟脂脂又原壓堆與城嚴壓運火谷相紅豬

語彩語語、木本語語語語本戰彩舞色險事情謀彩點險能險

梁、中場報

型 重鉛 類別 社 滿

陳均、士賢又

活生盃小型足球聯賽,今日下午五時半,又 雞行,由印字館對西商歌,查印字館在集賢 學門那定仁、吳成坤、梁章華、張國銘、山杜士 學門那定仁、吳成坤、梁章華、張國銘、山杜士 學問題、馮鉅東、梁國强、梁美森、梁樂紹、 在球壞叱咤多年之士,在氣力上似条及印字 在球壞叱咤多年之士,在氣力上似条及印字 中容列下:《绿國小生》 忿 張 梁 銘図華章 明待舉隊好樂絲許 張 陳萱 寬行成評演邮新 良 洪理 安萱立,唱電 **廖力館雖洪,栗、活有** 根與绿是、至國麥生要

服在司及。移行適樂逝該,合政數最廣麥昌,止本最 B 加在中聯年組 選 招 報金達福煜相線,年近。,本地數,為各任 雄泉曆泉亭。

下三旭足銘誼 定歐 比虹,極要于,二酸改作于 作原

型旭 第一比一四〇三四一四足虹訊本十比比比比比比比比比比比比比比比比比比比比比比比比

黎揚

入比比比比比比比比比 四四四二一00二一一 0000000-△您

審条

押捕,被九田鐵寬一訊殺 撒湘氏源。, 胸李月會擠日, 他兩對, 吳為王一是明·南會法湖

未 隅 便 ο 金鰲 程推已花

香馨不樓懷本學 11 所 显分 港往數上,港數 角 畜 面大有各多戲作由區之特不如期,院展單地民

有極有,告 級大經死即 少,驗去者 香兴 養 長 原 所 東 原 所 之能認發有

裝啓陸曹報 手總:B專 個意月忌美 ※法書 THE

院 審

都容陳鍾吳

分有日得個 一點在當來 逛人上百 品關

股 楊 柯鄭 陳李 張 陳 文文 志 運 杰正 民亨 :歐廣顯 ※林秤田兩組碌一下小四型~ 中方領,照緣僅五,隊上海場午型屆只本場後軍杏昨。以十菱昨杏上依六足子球報

酸解三光 水 積已月小 联 彪届間球 联 佳少黄,劉隊師方且己常鋒演 ,險墨使貴之助士扳隊威鄧出 愷球奠敵臣功守氣囘多脅暖而

深个

北近鄧,黃鹽廠秋反舊任臣杏。終去進鄧得守攻林赤馬三光繆助解軍錦也昨一門暖謝雲,射右攻,後替林 ,扳軍暖寸,,見峯漢分臨馬攻圍先彬。日八八秋觀敦張廢路,開衛出調 赤和傳秋溫使而負先交鐘,造,,進召 雖且

球

作午餘要五鑒 黄 動 五 八 、,時~

運守鴻此林射妙守謝爲鄧 環,、後歐入傳,耀湯級 發馬陳極後網,世權永秋 射漢華力來,劉分開全頂

障國國際 學 文忠基光德 VY

形大亚是現 域地水在 大的神。

極對是够個人還天樓窓已

合說這確舅理,在一上今風時, 學好兩有,她能遭般午 晨滿環但

的年天大農迎甘贈都沒文一入不

o,如益作大謀下希有台的一愁 查此 國物姨還雨 望雨 的寒山地

暗民果 田大不子,

,但來不觀

尋撒擬光 請 地質於B借

請鑒 光摄赛难光; 借 一 紅 o , 隊 聯 請 隊

調劑。

依ソへ

培志,以强,育改。與阿一隊突厥花 総容比球來が臣 保任文兆蓬 一百 : 退住百世。 超英華細類

魚富士林